JOURNAL OF HADITH STUDIES

Vol 8. No. 1 (June 2023)
eISSN: 2550-1488
journalofhadis.usim.edu.my

SOCRATIC QUESTIONING SEBAGAI SOLUSI MASALAH WASWAS: PENDEKATAN HADIS TERPILIH

(Socratic Questioning as A Solution to Waswas Issues: A Selected Hadith Approach)

Mohd Zahir Abdul Rahman[1], Zul Azlin Razali[2], Mohamad Hafizuddin Mohamed Najid[3]

[1]*Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia,* [2]*Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Sains Islam Malaysia,* [3] *Fakulti Sains dan Teknologi, Universiti Sains Islam Malaysia*

Abstract

Several hadiths reported by the Prophet Muhammad ﷺ contain several questions and answers about a topic. It discusses a lot about all the issues that occur, as well as answers to the issues that are provided. However, questions and answers from hadiths on mental issues have long been employed as one of the therapies used by psychiatrists and clinical psychologists today, known as Socratic inquiry. This technique is significant in the process of mental health therapy, particularly for waswas or obsessive-compulsive disorder (OCD), as well as for other mental disorders such as anxiety disorder. Based on a knowledge of Hadith jurisprudence, the purpose of this research is to compile those hadiths linked to waswas that contain features of Socratic inquiry. A total of four hadiths have been recognised as being associated with misgiving and the use of Socratic inquiry as a problem-solving technique. As a result, three forms of Socratic inquiry have been developed based on four hadiths linked to misgiving, namely Questions of Clarification, Questions About the Question, and Questions that Probe Assumptions. This study is anticipated to emphasise the chosen hadith method as one component of treatment in mental health, specifically the waswas issue.

Kata Kunci: *Question and Answer, Waswas Problem, Socratic Questioning, Mental Problem, Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), Hadith*

Article Progress

Received: 15 February 2023
Revised: 24 Januari 2023
Accepted: 10 April 2023

*Corresponding Author:
Mohd Zahir Abdul Rahman1
Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia

Email:
zahir@usim.edu.my

PENDAHULUAN

Mengajukan persoalan kerana menginginkan jawapan yang pasti dari seseorang yang lebih tahu sangat digalakkan dalam Islam. Perkara ini ditekankan oleh Allah s.w.t dalam firmanNya:

فَسْـَٔلُوٓاْ أَهْلَ ٱلذِّكْرِ إِن كُنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

"Maka bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kalian tidak mengetahui." (Al-Nahl: 43)

Namun pertanyaan bagi seseorang yang mengalami masalah waswas agak berbeza pendekatannya dengan persoalan berkaitan hukum hakam agama. Ini kerana permasalahan waswas sejak zaman Nabi Adam, Rasulullah ﷺ sehingga kini masih berlaku seolah-olah tiada pengakhiran. Persoalannya, adakah ayat al-Quran dan Hadis masih belum merungkaikan solusi bagi permasalahan waswas ini? Jika ditinjau dengan lebih terperinci, ruang lingkup solusi waswas bukan sekadar membaca isti'azah semata sebagaimana yang selalu di fahami. Jika amalan ini dipegang dan dijadikan solusi utama sudah tentu masalah waswas hari ini sudah selesai dan sudah boleh dijadikan sebagai satu lakaran sejarah. Walhal permasalahan waswas ini masih berlaku bahkan dikenali juga dalam istilah psikiatri moden pada hari ini sebagai *obsessive-compulsive disorder* (OCD) atau dalam terma arab sebagai *Idtirab Waswas al-Qahriy* (Zahir, 2021). Kebetulan atau taqdir itulah yang boleh dinyatakan di sini.

Topik kajian ini tertumpu kepada hadis-hadis yang boleh dikaitkan dengan *socratic questioning* yang boleh dipraktikan bagi pesakit kesihatan mental terutamanya yang menghidapi penyakit waswas melampau. *Socratic questioning* merupakan salah satu kaedah terapi dalam *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) bagi merawat pesakit mental (Clark & Egan, 2015) seperti *anxiety disorder* dan

obsessive-compulsive disorder. *Socratic questioning* ini melibatkan dialog yang bersistematik antara dua orang atau lebih. Teknik ini digunakan secara meluas dalam pengajaran, kaunseling dan psikologi untuk merungkai nilai dan kepercayaan yang dipegang secara mendalam yang merangka dan menyokong apa yang difikirkan dan diperkatakan. Menjadi keperluan bagi seseorang yang mengalami permasalahan untuk mengajukan pertanyaan kepada yang ahlinya. Justeru, sebanyak empat hadis yang terarah kepada pertanyaan sahabat berkaitan *waswas* kepada Rasulullah ﷺ dikumpulkan sebagaimana berikut;

HADIS PERTAMA

Hadis Muslim, no. 133 daripada ‘Abdillah Bin Mas‘ud RA berkata:

سُئِلَ النَّبِيُّ ﷺ عَنِ الْوَسْوَسَةِ قَالَ : تِلْكَ مَحْضُ الإِيمَانِ

Maksudnya: “Telah ditanya kepada Rasulullah ﷺ mengenai waswas, sabda baginda: Itulah kemurnian iman”.

Hadis yang sama diriwayatkan Muslim, no. 132, Abu Dawud, no. 4448, 4449 daripada Abu Hurairah RA berkata:

جَاءَهُ نَاسٌ مِنْ أَصْحَابِهِ ، فَقَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ نَجِدُ فِي أَنْفُسِنَا الشَّيْءَ نُعْظِمُ أَنْ نَتَكَلَّمَ بِهِ أَوِ الْكَلَامَ بِهِ مَا نُحِبُّ أَنَّ لَنَا وَأَنَّا تَكَلَّمْنَا بِهِ قَالَ :أَوَقَدْ وَجَدْتُمُوهُ ؟ قَالُوا: نَعَمْ قال: ذَاكَ صَرِيحُ الْإِيمَانِ"

Maksudnya: “Telah datang beberapa orang sahabat menemui baginda dan berkata: Wahai Rasulullah, kami mendapati dalam diri kami ada sesuatu keraguan yang terlalu besar untuk kami bicarakan, kami tidak suka membicarakan walaupun dibayar dengan harta yang banyak, Baginda bersabda: Adakah kamu mendapati perasaan itu? Mereka berkata: Ya, lalu baginda bersabda: Itulah ketulusan Iman (yang membuat seseorang menolak bisikan keraguan)”

Begitu juga dengan hadis Abu Dawud, no. 4450, Ibn Hanbal, no. 2097, daripada Ibn ‘Abbas berkata:

جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ أَحَدَنَا يَجِدُ فِي نَفْسِهِ يُعَرِّضُ بِالشَّيْءِ لَأَنْ يَكُونَ حُمَمَةً أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ فَقَالَ : اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَدَّ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَسَةِ قال ابْنُ قُدَامَةَ : رَدَّ أَمْرَهُ مَكَانَ رَدَّ كَيْدَهُ

Maksudnya: “Datang seorang lelaki kepada Rasulullah ﷺ lalu ia berkata: “Wahai Rasulullah, sesungguhnya salah seorang diantara kami ada sesuatu dalam dirinya untuk mengatakan sesuatu. Namun rasa malu lebih ia senangi daripada mengutarakan bisikan tadi?”. Maka Rasulullah ﷺ bersabda: “Allahu Akbar, Allahu Akbar, Allahu Akbar, segala puji bagi Allah s.w.t yang mengembalikan tipuan waswas syaitan”.

Ibn Qudamah meriwayatkan: Menjadikan urusan syaitan sebagai ganti menjadikan tipu daya syaitan.

Seterusnya, hadis al-Bukhari, no. 137, Muslim, no. 545, Abu Dawud, no. 176 dan Ibn Majah, no. 506 daripada ‘Abdullah bin Zaid Ashim al-Ansari RA berkata:

أَنَّهُ شَكَا إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ الرَّجُلُ الَّذِي يُخَيَّلُ إِلَيْهِ أَنَّهُ يَجِدُ الشَّيْءَ فِي الصَّلَاةِ فَقَالَ : لَا يَنْفَتِلْ أَوْ لَا يَنْصَرِفْ حَتَّى يَسْمَعَ صَوْتًا أَوْ يَجِدَ رِيحًا

Maksudnya: “Seorang lelaki mengajukan pertanyaan kepada Rasulullah ﷺ bahawa dia seolah-olah merasai sesuatu ketika dalam solat. Baginda bersabda: Dia tidak perlu membatalkan solatnya sehingga dia mendengar kentut atau mencium baunya”.

Keseluruhan hadis di atas menggambarkan gangguan *waswas* ini mampu mendatangkan keraguan sehingga memikirkan sesuatu mencelarukan fikiran manusia. Pertanyaan para sahabat ini bagi mengetahui secara lanjut berkenaan permasalahan ini. Pada hadis pertama dan kedua, pertanyaan sahabat dijawab Rasulullah ﷺ dengan *Sorih al-Iman* dan *Mahd al-Iman* iaitu ketulusan iman. Perkataan *Mahdah* dan *Sorih* diertikan sebagai sesuatu yang murni dan bersih dari segala sesuatu (Syahin Lasyin,

2002:302). Menurut al-Shawkaniy (2002:1772), hadis ini memberi satu gambaran bahawa, syaitan tidak mampu mempengaruhi orang beriman yang ikhlas melainkan hanya melalui bisikan *waswas*. Peringkat ini dinamakan *Sorih al-Iman dan Mahd al-Iman.* Beberapa pandangan sarjana Muslim membahaskan mengenai dua istilah ini seperti berikut:

Jadual 1. Pandangan Sarjana Muslim Terhadap Istilah *Sorih al-Iman* dan *Mahd al-Iman*

SARJANA MUSLIM	**MAKNA *SORIH AL-IMAN, MAHD AL-IMAN***
Al-Zarqaniy (1410:31)	Doa yang merangkumi keikhlasan, kerendahan hati dan penuh pengharapan.
Muhammad Shams al-Haq (2001:12)	Penghalang daripada menerima dan membenarkan apa yang dibisikkan oleh syaitan dalam jiwa sehingga wujud simptom tidak tenang dan tidak ada manfaat dalam bisikan tersebut.
Ibn Hajar al-Asqalaniy	Memutuskan dalam mengeluarkan sesuatu yang tidak ada penghujungnya.
Al-Nawawiy (2001:156)	Seseorang yang mempunyai sifat takut atau perasaan berdosa besar untuk meluahkan secara terus terang sesuatu ketetapan Allah s.w.t sebagai bukti adanya iman. Ini kerana, syaitan hanya membisikkan perkara buruk dan jahat kepada orang yang sukar untuk disesatkannya.
Syahin Lasyin (2002:428)	Mengetahui tentang keburukan gangguan *waswas*, lalu mencegah diri dari bersetuju dengan bisikan *waswas* ini, dan mewujudkan suatu penghalang dari *waswas* menguasai diri merupakan tanda bersih iman dari cacat cela.

Berdasarkan perbahasan di atas, makna *Sorih al-Iman dan Mahd al-Iman* ini boleh diertikan sebagai doa, keikhlasan, kerendahan hati, pengetahuan yang pasti, sifat takut untuk meluahkan secara terus terang dan penghalang dalam menerima dan membenarkan bisikan *waswas* dalam menguasai diri. Terdapat beberapa kaedah sarjana Muslim dalam menghindari gangguan *waswas* antaranya:

Jadual 2. Pendekatan Sarjana Muslim Menghindari Gangguan *Waswas*

SARJANA MUSLIM	**PENDEKATAN MENGHINDARI GANGGUAN**
Ibn Hajar al-Haitamiy	• Tidak mempedulikan keraguan yang ditimbulkan dalam hati. • Terapkan dalam hati bahawa agama Islam itu mudah.
‘Izz al-Din ‘Abd al-Salam (*Al-Fatawa al-Fiqhiyah al-Kubra*, Vol. 1. p. 150)	• Keyakinan bahawa bisikan itu merupakan bisikan syaitan. • Meyakini bahawa kita sedang melawan iblis, sehingga mendapat pahala berjihad, kerana sesungguhnya kita sedang memerangi musuh Allah s.w.t.

Justeru, beberapa indikator terapi bagi kebimbangan adalah seperti berikut;

Pertama: *Waswas* menjadi penanda aras dan ujian bagi orang yang beriman.

Kedua: Perasaaan takut, bimbang, perasaan berdosa besar sebagai tanda kesempurnaan iman.

Ketiga: Berjumpa dan meminta pandangan pakar terhadap sesuatu masalah yang meresahkan jiwa merupakan suatu yang dianjurkan Islam.

Keempat: Puji syukur pada Allah s.w.t di kala terlepas dari bisikan *waswas* syaitan.

HADIS KEDUA

Hadis Ibn Hanbal no. 21268 daripada Abu Umamah RA: Sesungguhnya seorang pemuda mendatangi Rasulullah ﷺ lalu berkata:

ائْذَنْ لِي بِالزِّنَا فَأَقْبَلَ الْقَوْمُ عَلَيْهِ فَزَجَرُوهُ قَالُوا: مَهْ مَهْ فَقَالَ: ادْنُهْ" فَدَنَا مِنْهُ قَرِيبًا قَالَ: فَجَلَسَ قَالَ :أَتُحِبُّهُ لِأُمِّكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِأُمَّهَاتِهِمْ قَالَ: أَفَتُحِبُّهُ لِابْنَتِكَ ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِبَنَاتِهِمْ قَالَ: أَفَتُحِبُّهُ لِأُخْتِكَ ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِأَخَوَاتِهِمْ قَال: أَفَتُحِبُّهُ لِعَمَّتِكَ ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِعَمَّاتِهِمْ قَالَ: أَفَتُحِبُّهُ لِخَالَتِكَ ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِخَالَاتِهِمْ قَالَ: فَوَضَعَ يَدَهُ عَلَيْهِ وَقَالَ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ ذَنْبَهُ, وَطَهِّرْ قَلْبَهُ وَحَصِّنْ فَرْجَهُ فَلَمْ يَكُنْ بَعْدُ ذَلِكَ الْفَتَى يَلْتَفِتُ إِلَى شَيْءٍ.

Maksudnya: "Wahai Rasulullah ﷺ, izinkan aku berzina, Maka (mendengar perkataan pemuda tersebut) sekelompok orang mencelanya dan berkata: Hentikan dan cegahlah (usirlah) dia, Rasulullah kemudian berkata: dekatlah kepadaku, pemuda itu pun mendekati Rasulullah ﷺ, baginda bertanya: Apakah engkau senang jika zina itu terjadi kepada ibumu? Pemuda itu menjawab: Tidak demi Allah s.w.t wahai Rasulullah ﷺ, lebih baik aku menjadi tebusnnya. Baginda menjelaskan: Sesiapa pun tidak rela zina terjadi kepada ibu mereka. Baginda bertanya lagi: Apakah engkau rela apabila zina itu terjadi kepada anak perempuanmu? Pemuda itu menjawab: Tidak demi Allah s.w.t wahai Rasulullah ﷺ, lebih baik aku menjadi tebusannya, Baginda kemudian berkata: Manusia manapun juga tidak rela jika zina terjadi kepada anak perempuan mereka. Baginda bertanya lagi: Apakah engkau rela zina terjadi kepada saudara perempuanmu? Dia menjawab: Tidak demi Allah wahai Rasulullah ﷺ, lebih baik aku menjadi tebusannya. Baginda kemudian menjelaskan sesiapapun tidak akan rela apabila zina terjadi kepada saudara perempuan mereka, baginda bertanya lagi: Apakah engkau rela jika zina terjadi kepada ibu saudaramu? Pemuda itu menjawab: Tidak demi Allah s.w.t wahai Rasulullah ﷺ, lebih baik Allah s.w.t menjadikanku sebagai tebusannya, baginda menjelaskan: Manusia manapun tida rela apabila zina terjadi kepada ibu saudara mereka. Setelah itu baginda meletakkan tangan baginda di dada pemuda tersebut seraya berdoa: Ya Allah s.w.t, ampunilah dosanya, bersihkanlah hatinya dan jagalah kemaluannya. Sejak itu, akhirnya pemuda tersebut tidak berpaling (tergoda) kepada sesiapapun (wanita manapun untuk berzina)".

Berdasarkan hadis di atas, ketenangan dan sikap tidak terburu-buru Rasulullah ﷺ dalam proses mendengar dan memberi jawapan terhadap soalan berkenaan keinginan pemuda tersebut untuk berzina. Jawapan yang dikemukakan Rasulullah ﷺ tidaklah berbentuk ayat al-Quran bahkan hanya berbentuk logik dan rasional mengikut minda dan pengetahuan pemuda tersebut. Persoalan keinginan hendak berzina oleh pemuda ini dianggap serius, kerana zina adalah melibatkan dosa besar namun Rasulullah ﷺ memandang pemuda tersebut dengan budi bicara yang boleh melembutkan hati pemuda tersebut. Menurut Abu Fattah Abu Ghuddah (2011), hadis ini juga menjelaskan keperluan pendekatan akal dalam penyelesaian masalah bagi seorang pendidik mahupun ahli perubatan apabila diajukan soalan yang oleh seseorang individu hendaklah bersikap lemah-lembut dan berhikmah.

Menurut perspektif kaunseling, perubahan dalam pemikiran dan pandangan mestilah mendahului tingkah laku (Mansur Abdullah, 2000). Ini bermakna keperluan terhadap mengenali pemikiran seseorang perlu diutamakan sebelum mengubah tingkah laku seseorang. Bagi ahli psikiatri, soal jawab antara pesakit amat diperlukan untuk mengukur tahap penyakit yang dihidapi. Oleh itu, setiap persoalan yang diajukan kepada pesakit memerlukan pengetahuan yang mendalam walaupun persoalan yang dikemukakan kurang relavan dengan situasi penyakitnya. Hadis ini juga menyatakan konsep sentuhan ke atas dada pemuda tersebut dan berdoa merupakan dua cara terapi terhadap keinginan untuk melakukan zina.

Justeru, difahami bahawa pendekatan yang dipraktikkan Rasulullah ﷺ membuktikan kebijaksanaan diperlukan untuk menimbulkan celik akal kepada individu yang bertanya. Fitrahnya manusia adalah makhluk yang berperasaan halus. Segala tindakan yang keras dan kasar biasanya menyebabkan jiwa manusia terdorong untuk menentang dan menolak kebenaran.

Terapi *waswas* yang boleh dirumuskan adalah seperti berikut;
Pertama: Permulaan terapi bagi keinginan berbuat jahat atau sesuatu perbuatan negatif adalah dengan mengajukan jawapan yang rasional kepada persoalan yang tidak rasional

Kedua: Aspek sentuhan terutamanya kepada bahagian dada adalah suatu yang melibatkan hati dan perasaan yang perlu dititiberatkan.

Ketiga: Doa merupakan perkara yang perlu di aplikasi bagi setiap perbuatan dan tindakan.

HADIS KETIGA

Terapi kebimbangan melalui tindakan berikutnya adalah berdasarkan hadis Muslim no. 820 daripada Ubaiy bin Ka'ab:

كُنْتُ فِي الْمَسْجِدِ فَدَخَلَ رَجُلٌ يُصَلِّي فَقَرَأَ قِرَاءَةً أَنْكَرْتُهَا عَلَيْهِ ثُمَّ دَخَلَ آخَرُ فَقَرَأَ قِرَاءَةً سِوَى قَرَاءَةِ صَاحِبِهِ فَلَمَّا قَضَيْنَا الصَّلَاةَ دَخَلْنَا جَمِيعًا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَقُلْتُ: إِنَّ هَذَا قَرَأَ قِرَاءَةً أَنْكَرْتُهَا عَلَيْهِ وَدَخَلَ آخَرُ فَقَرَأَ سِوَى قِرَاءَةِ صَاحِبِهِ فَأَمَرَهُمَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ فَقَرَآ فَحَسَّنَ النَّبِيُّ ﷺ شَأْنَهُمَا فَسَقَطَ فِي نَفْسِي مِنَ التَّكْذِيبِ وَلَا إِذْ كُنْتُ فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَلَمَّا رَأَى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ مَا قَدْ غَشِيَنِي ضَرَبَ فِي صَدْرِي فَفِضْتُ عَرَقًا وَكَأَنَّمَا أَنْظُرُ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ فَرَقًا فَقَالَ لِي: يَا أُبَيُّ أُرْسِلَ إِلَيَّ أَنِ اقْرَأِ الْقُرْآنَ عَلَى حَرْفٍ فَرَدَدْتُ إِلَيْهِ أَنْ هَوِّنْ عَلَى أُمَّتِي فَرَدَّ إِلَيَّ الثَّانِيَةَ اقْرَأْهُ عَلَى حَرْفَيْنِ فَرَدَدْتُ إِلَيْهِ أَنْ هَوِّنْ عَلَى أُمَّتِي فَرَدَّ إِلَيَّ الثَّالِثَةَ اقْرَأْهُ عَلَى سَبْعَةِ أَحْرُفٍ فَلَكَ بِكُلِّ رَدَّةٍ رَدَدْتُكَهَا مَسْأَلَةٌ تَسْأَلُنِيهَا فَقُلْتُ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِأُمَّتِي اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِأُمَّتِي وَأَخَّرْتُ الثَّالِثَةَ لِيَوْمٍ يَرْغَبُ إِلَيَّ الْخَلْقُ كُلُّهُمْ حَتَّى إِبْرَاهِيمُ

Maksudnya: "Suatu ketika aku berada di masjid, lalu ada seseorang masuk dan solat dan dia membaca bacaan yang tidak aku sukai. Kemudian masuk pula orang lain lalu membaca suatu bacaan yang lain dari bacaan orang tadi. Tatkala kami selesai menunaikan solat kamu semua masuk menemui Rasulullah ﷺ. Lalu aku katakan; "Sesungguhnya orang ini membaca sesuatu yang tidak aku sukai, lalu ada orang lain masuk masjid dan membaca sesuatu bacaan yang lain pula. Kemudian Rasulullah ﷺ memerintahkan kedua orang tersebut membacanya, lalu keduanya membacanya. Ternyata Rasulullah ﷺ memuji mereka berdua. Maka terdetiklah dalam diriku perasaan (yang dibisikan syaitan) untuk mendustakan kenabian yang lebih berat daripada zaman jahiliyah. Tatkala Rasulullah ﷺ melihat sesuatu yang berkecamuk dalam diriku, baginda memukul dadaku sehingga peluhku jatuh bercucuran seakan-akan aku sedang melihat Allah s.w.t Azzawajalla dengan ketakutan. Lalu baginda bersabda; Wahai Ubaiy! Telah diperintahkan kepadaku, Bacalah al-Quran dengan satu huruf. Lalu aku meminta kepada Allah s.w.t "Berilah keringatan untuk umatku." Maka untuk kedua kalinya Dia berfirman;" Bacalah dengan dua huruf." Lalu aku kembali meminta "Berilah keringanan untuk umatku" Maka untuk kali ketiga kalinya Dia berfirman; "Bacalah degan tujuh huruf. Engkau sudah mendapatkan semua permintaan yang engkau minta kepadaKu. Lalu aku berkata; "Ya Allah, Ampunilah umatku, Ya Allah, ampunilah umatku." Aku menunda permintaan yang ketiga untuk suatu hari yang semua makhluk menginginkanku termasuk Ibrahim".

Hadis ini menceritakan tentang al-Quran yang diturunkan dengan tujuh huruf. Para ulama berselisih pendapat mengenai makna tujuh huruf. Pendapat yang paling rajih adalah pendapat yang pertama, yang menyatakan 7 huruf sebagai tujuh jenis bahasa daripada bahasa-bahasa Arab yang mempunyai satu erti atau makna, contohnya: أقبل و تعال, وهلم, وعجّل وأسرع. Semuanya lafaz-lafaz berbeza yang mempunyai

makna yang satu. Pendapat ini dipegang oleh Sufyan bin ‘Uyainah, Ibnu Jarir, Ibnu Wahab dan lain-lain.

Namun, di sebalik hadis ini, terselit kisah perasaan tidak senang hati Ubaiy bin Ka’ab ketika mendengar dua orang membaca al-Quran dengan bacaan yang tidak pernah beliau dengar sebelum ini. Lalu kejadian ini diajukan kepada Rasulullah ﷺ. Sebaliknya bacaan sahabat ini telah dipuji oleh Rasulullah ﷺ. Jawapan baginda telah membuatkan terdetik di hati Ubaiy bin Ka’ab suatu perasaan *waswas* untuk tidak mempercayai kenabian Rasulullah ﷺ yang lebih besar dari *waswas* ketika zaman Jahiliyyah, Ubaiy bin Ka‘ab pada zaman Jahiliyah merupakan seorang yang lalai dan ragu (al-Nawawiy, 1929). Perkara ini disedari oleh Rasulullah ﷺ lalu baginda menepuk dada Ubaiy dengan menggunakan tangan untuk menyedarkannya kembali. Lalu menerangkan bahawa al-Quran diturunkan dengan tujuh huruf. Menurut Qadiy ‘Iyad, perkataan “فسقط في نفسي” merujuk kepada sikap bimbang dan bingung pada diri. Keadaan bimbang dan bingung ini akan menjadikan wajah kemerahan seperti yang dinukilkan oleh al-Tobariy (1994). Lalu Rasulullah ﷺ menepuk dada Ubaiy sehingga terkeluar peluh. Menurut Qadiy ‘Iyad pukulan Rasulullah ﷺ ke dada Ubaiy merujuk kepada keyakinan dari baginda bahawa pada saat itu Ubaiy sedang dilanda dengan fikiran yang tidak baik (al-Nawawiy, 1929). Boleh jadi keadaan Ubaiy ketika itu sedang mengalami anxiety disorder.

Berdasarkan hadis ini, tiga terapi waswas yang boleh dirumuskan ialah:

Pertama: Anjuran dalam mengajukan permasalahan kepada orang yang lebih arif.

Kedua: Menegaskan dalam hati bahawa bisikan waswas adalah suatu desakan yang bohong.

Ketiga: Menepuk dada seseorang sekiranya terdapat ciri-ciri bahawa seseorang itu dalam kebingungan dan keraguan. Pukulan ini sekadar untuk menyedarkan kembali bukan untuk menyakitkan. Menariknya, salah satu daripada segitiga rawatan CBT adalah *Behavioural*; tingkah-laku yang melibatkan fikiran dan emosi). Lantaran itu, penggunaan teknik fizikal yang tidak memudaratkan adalah contoh *Behavioural Technique* yang dijalankan dalam rawatan Psikologi seperti CBT.

HADIS KEEMPAT

Hadis menerusi riwayat al-Bukhari, no. 4953, no. 6982, Muslim, no. 160 daripada ‘Aishah RA:

لَقَدْ خَشِيتُ عَلَى نَفْسِي قَالَتْ لَهُ خَدِيجَةُ: كَلَّا أَبْشِرْ فَوَاللهِ لَا يُخْزِيكَ اللهُ أَبَدًا وَاللهِ، إِنَّكَ لَتَصِلُ الرَّحِمَ، وَتَصْدُقُ الْحَدِيثَ، وَتَحْمِلُ الْكَلَّ وَتُكْسِبُ الْمَعْدُومَ وَتَقْرِي الضَّيْفَ وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الْحَقِّ فَانْطَلَقَتْ بِهِ خَدِيجَةُ حَتَّى أَتَتْ بِهِ وَرَقَةَ بْنَ نَوْفَلِ بْنِ أَسَدِ بْنِ عَبْدِ الْعُزَّى وَهُوَ ابْنُ عَمِّ خَدِيجَةَ أَخِي أَبِيهَا وَكَانَ امْرَأً تَنَصَّرَ فِي الْجَاهِلِيَّةِ وَكَانَ يَكْتُبُ الْكِتَابَ الْعَرَبِيَّ وَيَكْتُبُ مِنَ الْإِنْجِيلِ بِالْعَرَبِيَّةِ مَا شَاءَ اللهُ أَنْ يَكْتُبَ وَكَانَ شَيْخًا كَبِيرًا قَدْ عَمِيَ فَقَالَتْ لَهُ خَدِيجَةُ: أَيْ عَمِّ اسْمَعْ مِنَ ابْنِ أَخِيكَ قَالَ وَرَقَةُ بْنُ نَوْفَلٍ: يَا ابْنَ أَخِي، مَاذَا تَرَى؟ فَأَخْبَرَهُ رَسُولُ اللهِ ﷺ خَبَرَ مَا رَآهُ فَقَالَ لَهُ وَرَقَةُ: هَذَا النَّامُوسُ الَّذِي أُنْزِلَ عَلَى مُوسَى

Maksudnya: “Baginda menceritakan kepada Khadijah (peristiwa yang berlaku) lalu berkata: Sesungguhnya aku ini takut keatas diriku. Lalu Khadijah mengatakan kepada baginda: Sekali-kali tidak, demi Allah s.w.t selama-lamanya engkau tidak akan dihina oleh Allah s.w.t kerana sesungguhnya engkau menghubungkan persaudaraan, engkau meringankan bebanan dan memudahkan orang lain, engkau berusaha memberi kepada orang yang tidak mempunyai, engkau menjamu tetamu, bahkan engkau membantu ke arah menunjukkan perkara-perkara yang baik lagi benar. Khadijah kemudian mengajak Beliau untuk bertemu dengan Waroqoh bin Naufal bin Asad bin Abdul 'Uzza, anak saudara Khadijah, yang beragama Nasrani di masa Jahiliyyah, dia juga menulis buku dalam bahasa Ibrani,

juga menulis Kitab Injil dalam Bahasa Ibrani dengan izin Allah s.w.t. Saat itu Waroqoh sudah tua dan matanya buta. Khadijah berkata: "Wahai putera pamanku, dengarkanlah apa yang akan disampaikan oleh putra saudaramu ini". Waroqoh berkata: "Wahai anak saudaraku, apa yang sudah kamu alami". Maka Rasulullah ﷺ menuturkan peristiwa yang dialaminya. Waroqoh berkata: "Ini adalah Namus, seperti yang pernah Allah s.w.t turunkan kepada Musa".

Hadis ini mengisahkan keadaan Rasulullah ﷺ ketika menerima wahyu pertama di gua Hira'. Kepulangan Rasulullah ﷺ dalam keadaan takut dan bimbang dan ditenangkan oleh Khadijah. Ibn Hajar menukilkan 12 pandangan ulama dalam mengertikan perkataan "*al-khashyah"* menerusi hadis ini, iaitu:

1. Merujuk kepada gila kerana yang dilihat oleh Rasulullah ﷺ adalah sesuatu yang aneh dan mengejutkan.
2. Merujuk kepada kebimbangan.
3. Merujuk kepada kematian, kerana Rasulullah ﷺ ketika itu sememangnya dalam keadaan yang sangat takut.
4. Merujuk kepada sakit.
5. Merujuk kepada sakit terus menerus.
6. Ketidakmampuan untuk memegang amanah kenabian.
7. Ketidakmampuan melihat bentuk malaikat.
8. Tidak memiliki kesabaran atas seksaan dari golongan kafir.
9. Mereka akan membunuh Rasulullah ﷺ.
10. Meninggalkan tanah airnya.
11. Kedustaan mereka terhadap Rasulullah ﷺ.
12. Cemuhan golongan kafir kepada Rasulullah ﷺ.

Namun, makna yang mengampiri dengan hadis ini adalah pada pandangan ketiga, keempat dan kelima iaitu merujuk kepada ketakutan, sakit dan sakit terus-menerus. Walau bagaimanapun, kaitan hadis ini dengan tajuk kajian ini lebih kepada makna kedua iaitu kebimbangan.

Ungkapan "*Kalla*" merujuk kepada kalimah "penafian" dan "pengecualian" oleh Siti Khadijah sebagai penguat keyakinan kepada disebabkan beberapa sifat mulia yang ada pada Rasulullah ﷺ. Menurut Zahir (2020), hadis ini dijadikan sebagai salah satu terapi bagi waswas kerana wujud pandangan kedua iaitu *khasyah* yang merujuk kepada kebimbangan.

Menurut Ibn Kathir (1982), hadis ini menjadi dalil untuk seorang manusia walaupun seorang nabi dalam mendapatkan sokongan dan pembelaan dari seseorang dalam menghadapi suasana ketakutan dan kebimbangan. Justeru, Khadijah dianggap sebagai manusia yang sangat mengetahui akhlak dan peribadi yang ada dalam hati Rasulullah ﷺ.

Beberapa terapi sokongan psikologi yang boleh diambil dalam hadis ini untuk dikaitkan dengan individu yang mengalami masalah *waswas* seperti berikut;

Pertama: Peranan saudara terdekat seperti keluarga dan sahabat terdekat sebagai permulaan dalam memberi sokongan psikologi sepertimana yang diperlakukan oleh Siti Khadijah kepada Rasulullah ﷺ.

Kedua: Sokongan psikologi hendaklah berbentuk mengingati sesuatu amalan baik yang pernah dilakukan oleh pesakit sebagai asas bahawa sesuatu perkara baik akan dibalas dengan yang baik.

Ketiga: Menjadikan perawat alternatif Islam yang bertauliah dan psikiatri moden sebagai rujukan pakar dan alim terhadap masalah *waswas.*

Keempat: "*Repeated reaffirmation*" atau penegasan berulang yang dilakukan secara santun, tidak memaksa-maksa, dan tidak menghakimi, adalah teknik kaunseling dan prinsip asas dalam intervensi psikologi

SOCRATIC QUESTIONING MENERUSI HADIS

Pendekatan *socratic questioning* diaplikasi bagi mengembangkan kemahiran berfikir yang kritis (Salihuddin et al. 2014). Kaedah ini melibatkan peranan psikiatri atau klinikal psikologi dengan mengajukan pelbagai soalan sehingga pesakit akan terdorong untuk berfikir bagi menjawab soalan-soalan tersebut. Menurut Swain (2007) kaedah *socratic* dianggap sebagai dialog dan bukanlah satu kaedah soal jawab antara psikiatri dan pesakit, sebaliknya merupakan satu kaedah rawatan bagi pesakit dalam aspek penelitian, pembacaan, pemikiran dan memberi hujah yang dapat menjurus kepada jawapan untuk soalan yang diberikan. Aspek yang ditekankan dalam teknik ini adalah mendorong seseorang itu berfikir untuk membina pemikiran dalam mempelajari sesuatu. Union University telah mengkategorikan socratic questioning kepada beberapa jenis sebagaimana berikut;

Jadual 3. Jenis-jenis *Socratic Questioning*

JENIS *SOCRATIC QUESTIONING*	**CONTOH *SOCRATIC QUESTIONING***
Soalan untuk penjelasan *(Questions of Clarification)*	i. Bolehkan anda memberikan suatu contoh? ii. Apakah maksud anda berkaitan masalah ini? iii. Mengapa anda mengatakan sedemikian?
Soalan untuk merungkaikan andaian. *(Questions that Probe Assumptions)*	i. Apa yang anda andaikan? ii. Anda seolah-olah beranggapan. Bagaimanakah anda mewajarkan mengambil mudah perkara ini? iii. Adakah ia sentiasa berlaku? Mengapa anda fikir andaian itu berlaku di sini?
Soalan untuk menyiasat penyebab dan bukti. *(Questions that Probe Reasons and Evidence)*	i. Apakah alasan anda berkata demikian? ii. Bolehkah anda menerangkan sebab ini kepada kami? iii. Adakah alasan kamu ini memadai?
Soalan Mengenai Sudut Pandangan atau Perspektif *(Questions About Viewpoints or Perspectives)*	i. Anda nampaknya mendekati isu ini dari perspektif. Mengapa anda memilih ini daripada perspektif yang lain? ii. Apa yang akan dikatakan oleh seseorang yang tidak bersetuju? iii. Bagaimanakah anda boleh menjawab bantahan yang akan dibuat?
Soalan yang Menyiasat Implikasi dan Akibat *(Questions that Probe Implications and Consequences)*	i. Apa yang anda maksudkan dengan itu? ii. Tetapi itu berlaku, apa lagi yang akan berlaku akibatnya? kenapa? iii. Jika ini dan ini berlaku, maka apa lagi yang mesti benar?
Soalan mengenai soalan *(Questions About the Question)*	i. Adakah soalan ini sukar untuk anda jawab? Mengapa? ii. Bagaimana kami boleh atasi masalah ini? iii. Saya tidak pasti saya faham bagaimana anda mentafsirkan soalan utama yang dipertikaikan.

Berdasarkan jadual di atas, terdapat enam jenis *socratic questioning* yang dikategorikan oleh *Center for the Faculty Development*. Setiap jenis persoalan diaplikasi untuk mengenal pasti permasalahan seseorang pesakit. Jika dilihat kepada contoh soalan di atas, menggambarkan jawapan bagi soalan ini memerlukan pesakit untuk memikirkan sebelum boleh menjawab segala persoalan ini. Pertanyaan ini diajukan oleh ahli terapi atau psikiatri kepada pesakit agar terdorong untuk berfikir bagi menjawab segala persoalan yang ditimbulkan.

JENIS *SOCRATIC QUESTIONING* DALAM HADIS

Sebanyak enam *matan* hadis yang boleh dikaitkan dengan *Socratic Questioning*. Kajian merumuskan tiga jenis *Socratic Questioning* yang digunakan iaitu *Question of Clarification*, *Question about Question* dan *Questions that Probe Assumptions.* Penggunaan teknik *Socratic Questioning* menerusi hadis yang dilampirkan tidak sekadar dipraktikkan oleh Rasulullah ﷺ bahkan oleh para sahabat.

Jadual 4. Hadis Dan Perkaitannya Dengan *Socratic Questioning*

HADIS	POTONGAN MATAN HADIS	JENIS *SOCRATIC QUESTIONING*
1	• Wahai Rasulullah ﷺ, kami mendapati dalam diri kami ada sesuatu keraguan yang terlalu besar untuk kami bicarakan, kami tidak suka membicarakan walaupun dibayar dengan harta yang banyak, Baginda bersabda: Adakah kamu mendapati perasaan itu? • Seolah-olah merasai sesuatu ketika dalam solat.	Soalan untuk penjelasan *(Questions of Clarification)*
2	• Apakah engkau senang jika zina itu terjadi kepada ibumu? • Apakah engkau rela apabila zina itu terjadi kepada anak perempuanmu? • Apakah engkau rela zina terjadi kepada saudara perempuanmu? • Apakah engkau rela jika zina terjadi kepada ibu saudaramu?	*Questions About the Question*
3	• “Sesungguhnya orang ini membaca sesuatu yang tidak aku sukai, lalu ada orang lain masuk masjid dan membaca sesuatu bacaan yang lain pula.	Soalan untuk merungkaikan andaian *(Questions that Probe Assumptions)*
4	• Sesungguhnya aku ini takut keatas diriku. • "Wahai anak saudaraku, apa yang sudah kamu alami"?	Soalan untuk penjelasan *(Questions of Clarification)*

KESIMPULAN

Untuk seorang pengamal perubatan psikiatri dan ahli psikologi klinikal (*psychotherapist*), sebahagian besar aktiviti rawatan mereka adalah pertanyaan dan melakukan penilaian. Soalan-soalan ini bukan sekadar untuk mencapai diagnosis dan darjah keterukan penyakit, tetapi meneroka nilai teras dalam hidup, matlamat asal, merangka jalan-jalan perubahan, dan mengenal-pasti halangan-halangan yang merencatkan perubahan. *Socratic questioning* adalah cara paling ampuh untuk mencapai tujuan-tujuan ini.

Socrates adalah ahli falsafah Yunani yang terkenal dengan kaedah pencarian kebenarannya di mana dia mementingkan jujukan soalan yang berstruktur untuk membongkar sesuatu pengetahuan yang sebenarnya memang ada tersembunyi dalam diri seseorang. Kaedahnya itu juga bermanfaat dalam perdebatan di mana percanggahan yang sebenarnya wujud pada diri pembangkang didedahkan.

Dalam perawatan psikiatri dan penyakit mental, *Socratic questioning* dimanfaatkan dalam sesi psikoterapi terutamaya psikoterapi kognitif dan tingkah-laku (*Cognitive Behavioural Therapy*). Menurut Overholser (1987), metodologi temuramah cara Socratic menggalakkan klien atau pesakit berfikir dan menilai semula kepercayaan negatifnya melalui lapisan-lapisan soalan berstruktur dan rencam. *Socratic questioning* dalam ertikata dunia perawatan psikologi, memerlukan latihan dan pentauliahan.

Dengan perkembangan teknologi dan sains psikologi, *Socratic questioning* mengalami evolusi dan penambah-baikan. Ribuan sarjana psikologi menukilkan perkara ini dan masing-masing mempunyai objektif dan cara yang unik menerapkan konsep *socratic questioning*. Sebagai contoh, ada sebahagian ahli terapi berpegang bahawa tujuan *socratic questioning* adalah untuk mencapai perubahan tertentu yang telah dikenalpasti dan ada sebahagian lain percaya bahawa teknik ini harus mempunyai keterbukaan di mana ahli terapi dan klien kedua-duanya tidak tahu perubahan yang bakal berlaku (Carey dan Mullan 2004). Penerangan dan perincian yang diambil daripada Center of The Faculty Development, Union University dipilih berdasarkan sifatnya yang ringkas dan mudah difahami.

Sebanyak empat hadis dari Rasulullah ﷺ yang berkaitan dengan soal jawab permasalahan waswas yang boleh dikaitkan dengan *socratic questioning.* Daripada jenis-jenis soalan *socratic questioning* yang disenaraikan oleh Union University, tiga jenis soalan sering diungkapkan dalam hadis berkaitan waswas iaitu *Questions of Clarification, Questions About the Question dan Questions that Probe Assumptions.*

Setiap nabi dan rasul memiliki sifat bijaksana dan kebijaksanaan Rasulullah ﷺ mendorongnya bereaksi tenang dan melakukan temubual mirip *socratic questioning* apabila berhadapan dengan situasi tertentu. Rasulullah ﷺ tidak bersikap didaktik dan menghakimi tetapi sebaliknya melakukan penerokaan dengan soalan-soalan mudah yang menggali isu dalaman individu yang terbabit. Ternyata ia mampu merungkaikan permasalahan waswas di kalangan sahabat.

RUJUKAN

'Abd Al-‘Aziz Al al-Shaykh. 2008*. Mawsu*‘*at al- Hadis al-Sharif: al-Kutub al-Sittah*, ed. Salih bin. Riyad: Dar al-Salam.

Abu Al-Tayyib Muhammad Shamsul Haq Al-‘Azim Abadiy. 2001.‘Aun al-Ma‘bud Sharh Sunan Abi Dawud. Beirut: Dar Ihya’ al-Turath al-‘Arabiy. Vol. 14. p. 12.

‘Abdul Fattah Abu Ghuddah. 2011. 40 Strategi Pendidikan Rasulullah ﷺ. Selangor: Pelima Media Sdn Bhd. p. 127.

Clark, G. I., & Egan, S. J. (2015). The Socratic method in cognitive behavioural therapy: A narrative review. Cognitive Therapy and Research, 39(6), 863–879.

Carey, T. A., & Mullan, R. J. (2004). What is Socratic questioning? *Psychotherapy: theory, research, practice, training, 41*(3), 217.

Fath al-Rabbaniy min Fatawa al-Imam al-Syawkaniy. Muhammad bin ‘Ali al-Syawkani. 2002. Yaman: Maktabah al-Jeel al-Jadid.

Isma‘il Ibn Kathir. 1982. Al-Fusul fi Sirah Rasul ﷺ. Dimasyq: Muassasah ‘Ulum al-Quran. p. 96.

Muhd Mansur Abdullah. 2000. Kaunseling teori, proses dan kaedah. Penerbit Fajar Bakti.

Muhyi al-Din Abi Zakariyya Yahya bin Sharf al-Nawawiy. 1929. Imam al-Nawawiy. Sharh Sahih Muslim. Mishriyyah al-Qadimah.

Muhammad bin Jarir Ibn Yazid Ibn Ghalib al-Tobariy al-Amuli. 1994. Tafsir al- Tobariy, Jami‘ al-Bayan Min Kitabihi ‘An al-Ta’wil Ay al-Quran. Beirut: Muassasah al-Risalah. p. 587.

Swain, M. 2007. What are the Benefits for Gifted Learners? November 2007.

Salihuddin Md. Suhadi, et al. 2014. Penguasaan Pelajar Dalam Kemahiran Berfikir Aras Tinggi Dengan Pembelajaran Kaedah Sokratik. Konvensyen Antarabangsa Jiwa Pendidik. 11-13 Ogos 2014.

Ibn Hajar al-Haitamiy, Ahmad Shihabuddin bin Muhammad bin Badr al-Din bin Muhammad Shams al-Din bin ‘Ali Nur al-Din bin Hajar al-Haitami, *Al-Fatawa al-Fiqhiyah al-Kubra*. Mesir: t.th. Vol. 1. p. 149.

Ibn Hajar al-‘Asqalaniy. t.th. Fath al-Bariy. Beirut. Dar al-Makrifah.

Musa Syahin Lashin. 2002. Fath al-Mun‘im Sharh Sohih Muslim. Qaherah. Dar al-Syuruq.

Muhammad Bin ‘Abd al-Baqi al-Zarqaniy. 1410. Sharh al-Zarqaniy ‘Ala Muwatta’ al-Imam Malik. Matba‘ah al-Khairiyyah. Vol. 2. p. 31.

Mohd Zahir Abdul Rahman. The Term *Waswas* and Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) In Islamic Perspectives *Al-Hikmah International Journal for Islamic Studies & Human Sciences.* Vol. 4, No. 3, August 2021

Union University. Center For The Faculty Development. https://www.uu.edu/centers/faculty/resources/article.cfm?ArticleID=73

Overholser, J. C. (1987). Facilitating autonomy in passive-dependent persons: An integrative model. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 17*(4), 250-269.

Syu‘aib ibn Muharram Al-Albani Al-Arnaut. 2001. Mawsu‘ah Hadisiyyah Musnad Imam Ahmad bin Hanbal. Muassasah al-Risalah

Shihab al-Din Ahmad Ibn Hajar al-Haitamiy. n.d. *Tuhfah al-Muhtaj fi Sharh al-Minhaj. Matba‘ah Mustafa Muhammad.* Vol. 1. p. 461